



# Valmieras Pārgaujas Valsts ģimnāzijas karjeras izglītības programma

## 1. PROGRAMMĀ IZMANTOTIE TERMINI

1. **Karjera**–izglītības, darba un privātās dzīves mijiedarbība cilvēka mūža laikā.
2. **Karjeras izglītība**–izglītības procesā integrēti pasākumi, lai nodrošinātu izglītojamo karjeras vadības prasmju apguvi un attīstīšanu, kas ietver savu interešu, spēju un iespēju apzināšanos tālākās izglītības un profesionālās karjeras virziena izvēli.
3. **Karjeras attīstības atbalsts**–pasākumu kopums, kas ietver informācijas, karjeras izglītības un individuālo konsultāciju pieejamību izglītojamajiem karjeras mērķu noteikšanai un plānošanai, izdarot izvēli saistībā ar izglītību un darbu.
4. **Karjeras vadības prasmes**–prasmju kopums, kas indivīdiem (un grupām) nodrošina strukturētus veidus kā apkopot, analizēt, sintezēt un organizēt ar sevi, ar izglītību un ar nodarbinātību saistīto informāciju, kā arī attīsta prasmes pieņemt un īstenot lēmumus un karjeras maiņu. Karjeras vadības prasmes ir dzīves, mācību, apmācības un darba prasmes, kas cilvēkiem ir jāattīsta, lai varētu efektīvi veidot savu karjeru.

## 2. KARJERAS VEIDOŠANAS ASPEKTI

Mūsdienās, gluži kā personības attīstība, arī karjeras veidošanas process attīstās un pilnveidojas visa mūža garumā. Indivīdam veidojot savu karjeru, svarīgi ir apzināties savus vēlamos dzīves mērķus, lai efektīvāk un mērķtiecīgāk pilnveidotu savas kompetences. Karjera un tās attīstība ir nepārtraukts, mērķtiecīgs un jēgpilns process, kurš norit visa mūža garumā, balstoties uz mūžilgu izglītošanos un sevis veiksmīgu realizēšanu dažādās dzīves jomās. Veiksmīgas karjeras pamatā ir cilvēka dzīves jomu harmoniska attīstība un piepildījums tajās.

Cilvēka dzīves jomas:

- Pilsoniskums
- Garīgums
- Brīvais laiks
- Ģimene
- Darbs

**Darbs** –„darbs(..) Plašākā nozīmē –cilvēka mērķtiecīga darbība materiālo un garīgo vērtību radīšanai.”. Cilvēkam ir svarīgi apzināties sava darba lietderīgumu, jo gandarījumu spēj sniegt tāds darbs, kurš cilvēkam ir interesējošs un patīkams. Nozīmi darbam piešķir cilvēka spēja realizēt savus resursus. Vienlīdz svarīgi ir darba garīgais lietderīgums un finansiālais nodrošinājums.

**Ģimene**—esot vienai no svarīgākajām dzīves jomās, cilvēkam tai ir jāvelta pēc iespējas vairāk laika. Tādejādi ģimenes un savstarpējo attiecību veidošana un uzturēšana ir svarīgs ieguldījums turpmākajai karjerai un sabiedrības nākotnei. Ģimene, kā atbalsta funkcija, ļauj cilvēkam pilnvērtīgi darboties profesionālajā sfērā.

**Brīvais laiks**—brīvā laika pavadīšana sniedz iespēju cilvēkam iegūt prieku un enerģiju turpmākajam darbam, kā arī sniedz iespēju socializēties. Nereti brīvā laika pavadīšanas veidi sniedz iespēju cilvēkam realizēt sevi tajās jomās, kuras neizpaužas darba vidē.

**Garīgums**—sniedz iespēju cilvēkam pilnveidot sevi garīgai izaugsmei. Katra cilvēka nepieciešamība ir iepazīt un pilnveidot sevi un izzināt pasauli. Katram cilvēkam šis izzināšanas veids var būt atšķirīgs.

**Pilsoniskums**—cilvēks kā sociāla būtne izjūt vēlmi un nepieciešamību apzināties sevi kā sabiedrības sastāvdaļu, it sevišķi 21. gadsimtā. Nereti veids, ka cilvēki savi izpauž ir veicot dažādas pilsoniskas aktivitātes ar mērķi uzlabot apkārtējo sabiedrību. Jāpiemin, ka nav svarīgi vai cilvēks realizē sevi kā sabiedrības daļu piedaloties nevalstisku vai labdarības organizāciju darbībā, vai arī iesaistoties pašvaldības, valsts vai globāla mēroga pārvaldes darbībā. Svarīgi ir cilvēka, pilsoņa vēlme, varēšana un iespēja darīt to brīvprātīgi. Brīvprātīga iesaistīšanās sniedz gandarījumu, pilnveido nacionālo identitāti un patriotiskumu.

Cilvēka veiksmīga profesionālā darbība nav iespējama bez trim aspektiem —**GRIB, VAR un VAJAG**. Šie aspekti ir jāņem vērā izvēloties profesiju.

Izvēloties savu profesionālo dzīves ceļu, ikvienam ir jāņem vērā un jāspēj atbildēt sev:

- profesijas saistošums (**grib** —intereses, vēlmes, vērtības, būtiskais dzīvē un darbā, dzīves un darba apstākļi),
- profesijas atbilstība spējām (**var** —zināšanas, prasmes, spējas, rakstura īpašības, veselības stāvoklis un profesionālās īpašības),
- darba iespējas izvēlētajā profesijā (**vajag**—profesijas nepieciešamība sabiedrībai).

**GRIBU**—tās ir cilvēka intereses, vēlmes, centieni, būtiskais dzīvē un darbā. Iespējams, ka, nosaucot visas savas intereses, vēlmes, nodarbošanos, kas saista, patīk un ko gribētos darīt, būtu ļoti garš saraksts. Daudziem ir plašs interešu loks, un ir visai grūti izšķirties, kuru no savām interesēm izvēlēties profesionālajai realizācijai, bet ko atstāt kā vaļasprieku. Lai pieņemtu pareizo lēmumu, nepieciešams izzināt potenciālās darbības virziena/profesijas saturu, darba pienākumus un apstākļus.” Izglītības iestāde un ārpusstundu piedāvātais nodarbību klāsts sniedz skolēnam iepazīt un pilnveidot sevi daudzpusīgu, tādejādi atklājot viņa vēlmes.

**VARU** —tās ir cilvēka prasmes, zināšanas, spējas, īpašības, stiprās puses, kā arī veselības stāvoklis, —visas profesionāli nozīmīgās īpašības. Kad ir noskaidrotas profesionālās intereses, svarīgi saprast, vai indivīdam piemīt šīm interesēm atbilstošas spējas. Spējas vispilnīgāk atklājas un attīstās tieši darbībā —mācībās vai jau praktiskajā darbā.” Šajā aspektā svarīgi ir arī apjaust motivācijas un savstarpējās sadarbības nozīmi izglītības iestādei ar iestādes dažāda līmeņa darbiniekiem, skolēniem un skolēnu vecākiem.

**VAJAG** —tās ir profesijas un kompetences, kas konkrētajā vietā un laikā darba tirgū ir pieprasītas, tātad —kādi speciālisti un kādas kompetences ir nepieciešamas tagad un tuvākajā nākotnē; tāpēc,

izvēloties izglītības virzienu ir jāuzzina, kādas zināšanas un prasmes (kompetences) var apgūt mācoties/studējot vienā vai otrā programmā, kuru piedāvā izglītības iestādes. Jāapzinās, ka mainās pašas profesijas, to saturs un attiecīgi arī kompetences konkrēto darba uzdevumu veikšanai, tāpēc ir jābūt gatavam arī turpināt mācīties.” Konkrētās profesionālās darbības aspekts 21. gadsimtā ir neatsverams profesionālās izvēles aspekts, jo dzīvojot globālā un mainīgā vidē ikvienam ir jābūt gatavam pilnveidot sevi.

Veiksmīga karjera un profesionāla darbošanās nav iespējama bez karjeras vadības prasmēm.

Dzīvojot 21. gadsimtā, apkārtējās vides ietekme, globalizācija un ātrs dzīves ritms pieprasa nepārtrauktu izglītošanos, dažādu kompetenču ieguvu un pilnveidi, lai cilvēks varētu iekļauties mainīgajā darba tirgū un būt konkurētspējīgs. Mūžilga izglītošanās (gan formāla, gan neformāla) ir svarīgs faktors konkurētspējai, tāpēc 21. gadsimta cilvēkam ir jāspēj plānot un vadīt savu karjeru. Karjeras vadības prasmes un to pilnveide ļauj realizēt veiksmīgu personisko un profesionālo dzīvi. „Modernai, konkurētspējīgai ekonomikai ir vajadzīgi darbinieki, kam ir prasmes, zināšanas un attieksmes, ko var izmantot jebkurā darba situācijā, un kam ir spējas un vēlēšanās nepārtraukti pielāgoties un gūt panākumus mainīgajā pasaulē. Tāpēc nodarbinātībai noderīgās prasmes ir būtiska karjeras vadības prasmju sastāvdaļa.” Nodarbinātība ir „stāvoklis, kad cilvēki ir iesaistīti darbā, kādā pasākumā”, līdz ar to ir jāaplūko, kas ir nepieciešams, lai cilvēks būtu nodarbināms:

**Pašvadība** – gatavība uzņemties atbildību, elastīgums, pašiniciatīva, neatlaidība, laika vadība, gatavība uzlabot savus rezultātus, pamatojoties uz atgriezenisko saiti, reflektīvo mācīšanos.

**Komandas darbs** – cieņa pret citiem, sadarbšanās, pārliecināšana, diskusiju veicināšana, visu savstarpējās atkarībasapzināšanās.

**Izpratne par biznesu un klientu** – pamatzināšanas par biznesa panākumu galvenajiem virzītājiem, tajā skaitā par inovāciju nozīmi un pārdomātu risku uzņemšanos, un vajadzība gandarīt klientu un veidot klienta lojalitāti.”

**Problēmu risināšana, faktu un situāciju analīze**, kā arī **radošās domāšanas lietošana** atbilstošu risinājumu veidošanā.

**Komunikācija, rakstītprasme, lasītprasme** – rakstīt-lasīt prasmes lietošana, spēja radīt skaidru, strukturētu rakstu darbu un mutvārdu prasme, tajā skaitā klausīšanās un jautājumu uzdošana.

**Skaitīt prasmes lietošana** – manipulācijas ar cipariem, vispārējās matemātiskas zināšanas un to izmantošana praktiskā kontekstā (mērīšana, svēršana, aprēķināšana un formulu lietošana).

**Informācijas tehnoloģiju izmantošana** – IT pamatprasmes, tajā skaitā iemaņas teksta apstrādē, failu vadībā un interneta meklētājprogrammas izmantošanā.

**Iniciatīva un uzņēmējdarbība** – spēja demonstrēt inovatīvu pieeju, radošumu, sadarbšanos un riska uzņemšanos.

Kopumā raugoties un nepieciešamajām prasmēm un zināšanās, lai cilvēks būtu nodarbināms ir svarīga vispusīga attīstība un vēlme turpināt pilnveidoties. Svarīgs faktors veiksmīgas karjeras vadīšanai arī ir paša cilvēka pozitīva attieksme gan pret sevi, gan pret profesionālo darbību ar visiem no tās izrietošajiem aspektiem. Atsaucoties uz iepriekšminētajiem aspektiem, jāsaprot, ka jāņem vērā cilvēka fiziskās, emocionālās, psihiskās un garīgās attīstības iezīmes, lai savas dzīves laikā viņš spētu sevi veiksmīgi realizēt karjerā. Līdz ar to ir jāaplūko karjeras vajadzības dažādos vecumposmos.

### 3. KARJERAS VAJADZĪBAS PRASMES DAŽĀDOS VECUMPOSMOS

Pamatskola 7.-9.klase	
Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Daudz patstāvīgāki.</li> <li>▪ Saprot, ka piederība grupai un draugiem ir svarīga.</li> <li>▪ Var uzņemties vairāk atbildības.</li> <li>▪ Pārsteidzošs interešu vēriens.</li> <li>▪ Var patstāvīgi domāt, tomēr ir viegli ietekmējami.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Identificē personīgās intereses, spējas, savas stiprās un vājās puses.</li> <li>▪ Raksturo savus pienākumus mājās un skolā un saista tos ar kopienā sastopamiem darbiem.</li> <li>▪ Apraksta, cik darbs ir nozīmīgs un sasniedzams visiem cilvēkiem.</li> <li>▪ Apraksta, kā personīgie uzskati un vērtības ietekmē lēmumu pieņemšanu.</li> </ul>
Vidusskola 10.-12.klase	
Attīstības iezīmes	Karjeras vajadzības
<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Veido savu identitāti.</li> <li>▪ Uzsāk lielākus un reālistiskākus darba un karjeras meklējumus.</li> <li>▪ Attīsta interesi par sociāliem jautājumiem.</li> <li>▪ Nobriest seksuāli, mainoties fiziski un emocionāli.</li> <li>▪ Kļūst arvien patstāvīgāki.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Saprot, kā individuālā personība, spējas un intereses ir saistītas ar karjeras mērķiem.</li> <li>▪ Saprot, kā izglītība saistīta ar augstskolas izvēli, turpmāku apmācību un/ vai iekļaušanos darba tirgū.</li> <li>▪ Demonstrē pārnesamās prasmes, kuras var izmantot dažādos darbos un piemērot mainīgajām darba prasībām.</li> <li>▪ Spējīgi izmantot plašus karjeras informācijas avotus.</li> <li>▪ Demonstrē atbildīgu lēmumu pieņemšanu.</li> </ul>

### 4. KARJERAS IZGLĪTĪBAS MĒRĶIS UN UZDEVUMI

Karjeras izglītības programmas **mērķis** ir nodrošināt skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, lai skolēns, izprotot savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarības, spētu patstāvīgi pieņemt un īstenot karjeras attīstības lēmumus, *iesaistīties sabiedrības dzīvē un veidoties par laimīgu un atbildīgu personību.*

#### Uzdevumi:

1. Stiprināt skolēna izpratni par izglītības un darba vērtībām, veidojot vērtējošu attieksmi un atbildību par sevi un savu rīcību.
2. Pilnveidot skolēna izpratni par savas, darba tirgus un sabiedrības attīstības un mijiedarbības likumsakarībām.
3. Nostiprināt un attīstīt sekmīgai karjeras vadībai nepieciešamās pašizziņas, karjeras iespēju izpētes un karjeras lēmumu pieņemšanas un īstenošanas prasmes.

4. Apgūt karjeras attīstībā un karjeras vadībā nepieciešamās caurviju prasmes, lai stiprinātu jaunu zināšanu sasaisti ar personisko pieredzi, veidotu pozitīvas attiecības un pieņemtu atbildīgus lēmumus.

## 5. KARJERAS IZGLĪTĪBAS SATURS

Karjeras izglītības programmas apguves organizācijas pamatnosacījums ir —īstenot karjeras izglītību tā, lai izglītojamais iegūtu gan zināšanas konkrētā izglītības jomā (pašizpēte, karjerasizpēte, karjeras plānošana un vadība) un formā (mācību priekšmetu stunda, klases stunda, konsultācijas, ārpusstundu pasākumi), gan universālas, vispārējas prasmes, saistītas ar darbības pieredzi, kas palīdzētu rīkoties gan iepriekš zināmās, gan jaunās dzīves situācijās.

**Katra karjeras izglītības joma —pašizpēte, karjeras izpēte un karjeras plānošana un vadība**—ietver vairākumācību priekšmetu un audzināšanas darba saturu, tā pilnveides virzienu integrācijas aspektā.

Karjeras izglītībā sasniedzamo spēju un prasmju attīstību atspoguļo galvenie izglītošanas aspekti (Noteikumi par valsts pamatizglītības standartu):

- pašizpaušmes un radošais aspekts: radošās darbības pieredze, pastāvīga iespēja meklēt un atrast risinājumu praktiskām problēmām, atklāt kopsakarības;
- analītiski kritiskais aspekts: intelektuālās darbības pieredze —patstāvīga, loģiska, motivēta, kritiska un produktīva domāšana; prasme pamatot savu viedokli pagātnes, tagadnes un nākotnes saiknes kontekstā;
- morālais un estētiskais aspekts: izpratne par morāles jēdzieniem cilvēku savstarpējā saskarsmē, par cilvēka tiesībām uz vienlīdzību;
- sadarbības aspekts: prasme sadarboties, strādāt komandā, uzklaustīt un respektēt dažādus viedokļus, pieņemt lēmumus un uzņemties atbildību par to īstenošanu, atbildīgi rīkoties konfliktsituācijās, rūpēties par savu un līdzcilvēku drošību un meklēt palīdzību atbilstošās institūcijās un dienestos;
- saziņas aspekts: praktiska pieredze valodas lietošanā; prasme sazināties vairākās valodās(rakstīt, runāt, lasīt), prasme publiski uzstāties, izteikt un pamatot savu viedokli, prezentācijas prasmes;
- mācīšanās un praktiskās darbības aspekts: prasme patstāvīgi plānot, organizēt un īstenot mācīšanos; dažādu zināšanu un prasmju lietošana praktiskajā darbībā; prasme mācību procesā izmantot dažādu veidu informāciju, konsultēties, atrast palīdzību; prasme izmantot modernās tehnoloģijas;
- matemātiskais aspekts: matemātikas izmantošana praktiskajā dzīvē (budžeta plānošana, izglītības izmaksu aprēķināšana, salīdzināšana u.c.).

Katrs aspekts tiek īstenots visās karjeras izglītības jomās, taču ne vienādā mērā.

### 1. Pamatjoma “Pašizpēte un pašvadība” ietver šādas saturiskas tēmas:

- mana identitāte, paštēls, mana rakstura īpašības;
- manas intereses, hobiji, spējas, brīvais laiks;
- mana ģimene, tās loma, tradīcijas;

- sevis iepazīšanas un izpētes veidi, to sasaiste ar iecerēto profesiju, pašnovērtēšana;
- attieksmes un vērtības;
- prasme sadarboties, risināt konfliktus;
- mana veselība un nākotnes nodomi;
- mācīšanās prasmes, mācību sasniegumi, to saistība ar nākotnes nodomu īstenošanu;
- pašaudzināšana.

## **2. Pamatjoma “Karjeras iespēju izpēte” ietver šādas saturiskas tēmas:**

- darba nozīme cilvēka dzīvē;
- populāras un sabiedrībā augstu vērtētas profesijas, profesiju daudzveidība, to tipi;
- manu vecāku darba dzīve;
- informācijas avoti unizglītības pasaules pētīšana;
- profesionālā kvalifikācija un tās ieguve;
- darba tirgus un nodarbinātība;
- sociālā vide un nodarbinātība;
- izglītības veidi un līmeņi, dažādas izglītības iestādes;
- darba likumdošana, darba drošība;
- pašnodarbinātība.

## **3. Pamatjoma “Karjeras lēmumu pieņemšana un īstenošana” ietver šādas saturiskas tēmas:**

- lēmumu pieņemšanas paņēmieni karjeras plānošanai;
- lēmuma pieņemšana par karjeru. Dažādu faktoru ietekme (ģimene, skola, draugi, sabiedrība u.c.);
- dažādu karjeru pozitīvie un negatīvie aspekti;
- kad viss nenorit tā, kā plānots;
- mani nākotnes mērķi un to sasniegšanas plāns (īstermiņa in ilgtermiņa plānošana);
- pārmaiņas manā dzīvē;
- komandas darba pieredze;
- praktisko iemaņu gūšana dažādās profesijās;
- sevis prezentēšana.

## **6. KARJERAS IZGLĪTĪBAS PROGRAMMAS ĪSTENOŠANAS PLĀNS**

Karjeras izglītība tiek īstenota, izmantojot dažādas darba organizācijas formas-mācību priekšmetu stundas, klases stundas, individuālās nodarbības, dažādus ārpusstundu pasākumus u.c.pēc plāna.

## 7. KARJERAS IZGLĪTĪBAS VĒRTĒŠANA

Skolēnu sasniegumi karjeras izglītībā tiek vērtēti bezatzīmju vērtēšanas sistēmā, īsi rakstiski vai mutiski raksturojot skolēnu mācību darbību, darba stilu, attieksmi un izaugsmes dinamiku šādu zināšanu, prasmju, iemaņu (kompetenču) apguvē un izmantojot pašvērtējumu:

### Plānotie skolēnam sasniedzamie rezultāti karjeras vadības prasmēs, beidzot 9. un 12. klasi un veidi to izvērtēšanai

Prasme	Beidzot 9.klasi	Beidzot 12.klasi
<b>PI.</b> Prasme uzturēt pozitīvu paštēlu.	Patstāvīgi analizē sava snieguma saistību ar personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi). Atpazīst savas darbības stiprās puses un ar pieaugušā atbalstu atrod dažādus veidus, kā attīstīt savas domāšanas un uzvedības pilnveidojamās puses.	Patstāvīgi un regulāri analizē un reflektē par sava snieguma saistību ar emocijām, personiskajām īpašībām un uzvedību dažādās karjeras jomās (mācību darbs, interešu izglītība, brīvā laika aktivitātes, mājas darbi), patstāvīgi rod veidus, kā attīstīt spējas pārvaldīt savu domāšanu, emocijas un uzvedību.
<b>PI.</b> Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu.	Izzina savu esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, lieto un pielāgo situācijai atbilstošas radošās domāšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jaunām un noderīgām idejām, iedvesmojas no citu pieredzes.	Raugoties uz esošo karjeras situāciju no dažādiem skatpunktiem, pamana jaunas iespējas; mērķtiecīgi un elastīgi izmanto citu pieredzi vai attīsta savas ideju radīšanas stratēģijas, lai nonāktu pie jauniem un noderīgiem risinājumiem.
<b>PI.</b> Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu.	Patstāvīgi pilnveido darbu mapi. Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas digitālās darbu mapes veidošanā.	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas digitālās darbu mapes veidošanā.
<b>PI.</b> Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu.	Nosauc savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs.	Analizē savas priekšrocības darbam vai uzņēmējdarbībai noteiktā nozarē (profesijā) Latvijā vai ārzemēs.
<b>PI.</b> Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu.	Patstāvīgi izvēlas un iekļauj plānā savām vajadzībām un interesēm atbilstošas aktivitātes, nosakot šo izvēļu priekšrocības un trūkumus	Pieņem lēmumus, novērtējot savas vajadzības, zināšanas un intereses, patstāvīgi plāno savu ikdienu saistībā ar nākotnes karjeru.

<b>PI.</b> Prasme novērtēt un pilnveidot sniegumu.	Patstāvīgi veido savus kritērijus, kas liecina par mērķa sasniegšanu dažādās karjeras jomās, izzina sava padarītā progresu un nosaka, vai un kā uzlabot sniegumu. Izmanto kļūdas, lai mērķtiecīgi mainītu savu darbību.	Patstāvīgi izmanto kritērijus, kas palīdz īstenot darba uzraudzīšanu un pilnveidošanu dažādās karjeras jomās, izvērtē, apkopo un turpmākā darba procesā mērķtiecīgi izmanto gūto pieredzi.
<b>PI.</b> Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi.	Mērķtiecīgi plāno un veido strukturētu un saturīgu mutvārdu runu karjeras attīstības mērķa sasniegšanai (piem., darba devēja informēšanai), rosina klausītājus uz diskusiju.	Veido un prezentē tekstus karjeras mērķu sasniegšanai (piem., savu dotumu, sasniegumu, interešu, vajadzību un nākotnes nodomu savstarpējās saistības atklāšanai), bagātina tos ar specifiskiem līdzekļiem (balss toni, tēlainu valodu, precīzu un aprakstošu vārdu krājumu, neverbālajiem saziņas līdzekļiem), lai sasniegtu komunikatīvo mērķi.
<b>PI.</b> Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi.	-	Izmanto svešvalodu savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai starptautiskā kontekstā klātienē vai virtuālā vidē.
<b>PI.</b> Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi.	Raksta patstāvīgi lietišķo vēstuli, iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli, arī digitālajā formā un e-vidē.	Patstāvīgi vai pēc noteiktiem paraugiem veido profesionālajai saziņai atbilstošus rakstveida tekstus (iesniegumu, dzīvesgaitas aprakstu (CV) un motivācijas vēstuli), identificē raksturīgākās kļūdas lietišķajā saziņā.
<b>PI.</b> Prasme sniegt informāciju par sevi un karjeras pieredzi.	Izvēlas un izmanto ar karjeras mērķu sasniegšanu saistīta satura (dzīves apraksti, motivācijas vēstules) radīšanai un pārraidei piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas.	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās tehnoloģijas, lai radītu, prezentētu un pārraidītu karjeras mērķu sasniegšanai nozīmīgu saturu.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Tiecas iegūt vispusīgu un precīzu informāciju par karjeras iespējām, nosaka atsevišķus faktorus, kas traucē iegūt patiesu informāciju.	Gūst vispusīgu, precīzu informāciju par karjeras iespējām, izvērtē tās ticamību un analizē, kādēļ atsevišķās situācijās ticamu informāciju iegūt ir grūtības.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Izmanto piemērotākās digitālo tehnoloģiju sniegtās iespējas, lai	Mērķtiecīgi izvēlas vai pielāgo un efektīvi izmanto atbilstošas digitālās

	atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.	tehnoloģijas, lai atrastu un apstrādātu informāciju par karjeras iespējām.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Balstoties uz konkrētiem piemēriem, analizē dažādas uzņēmējdarbības un nodarbinātības formas un to priekšrocības dažādās nozarēs un profesijās.	Atlasa un analizē informāciju par izglītības un darba iespējām Latvijā un ārzemēs.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Atlasa, apkopo un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām.	Atlasa un analizē informāciju par dažādās nozarēs un profesijās nepieciešamajām zināšanām, prasmēm un personības īpašībām un par darba tiesisko regulējumu, t.sk., par darba vides riska faktoriem Latvijā.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Analizē informāciju par veicamā darba saturu, aprīkojumu, darbarīkiem, darba vidi un darba apstākļiem dažādās profesijās.	Analizē informāciju par profesiju klasificēšanas iespējām, profesionālo interešu jomām un nozarēm.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Atlasa, analizē, vizualizē un strukturē informāciju par profesiju saturu dažādās nozarēs.	Raksturo vaļasprieku, mācību priekšmetu satura un profesionālo interešu savstarpējo atbilstību.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Analizē dažādu profesiju nozīmi savā, ģimenes un kopienas dzīvē.	Raksturo vērtību realizēšanas iespējas profesionālajā darbībā.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Analizē, kā sekmīga atsevišķu indivīdu karjera ietekmē pašus, viņu ģimenes locekļus, vietējo kopienu ekonomiku un sabiedrību Eiropas mērogā un pamato to, ar dažādos avotos gūtu informāciju un statistikas datiem.	Skaidro un pamato savu skatījumu par izglītības, nodarbinātības kopsakarībām gan vietējā, gan globālā mērogā; izvērtē indivīdu, sabiedrības un vides mijiedarbību karjeras attīstības kontekstā.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Salīdzina veiksmīgus paša izvēlētas nozares pārstāvjus, lai izdarītu secinājumus par viņu sasniegumiem un īpašībām, kas nodrošinājušas panākumus.	Salīdzina darba devēju un klientu prasības dažādos laika posmos un valstīs, lai izdarītu secinājumus par darba tirgus, t.sk., uzņēmējdarbības, attīstības tendencēm.
<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Mērķtiecīgi izzina, analizē, izvērtē un savieno dažāda veida informāciju par karjeras iespējām, izprot to kontekstu.	Mērķtiecīgi kritiski analizē karjeras iespējas, izzinot, analizējot un kritiski izvērtējot to kontekstu. Lai sasniegtu konkrētu mērķi, sintezē un interpretē informāciju.

<b>KII.</b> Prasme atrast informāciju par karjeras iespējām.	Raksturojot karjeras iespējas, atšķir faktos balstītu apgalvojumu no pieņēmuma, faktus no viedokļa, un patstāvīgi formulē pamatotus secinājumus.	Raksturojot karjeras iespējas, spriež no konkrētā uz vispārīgo un no vispārīgā uz konkrēto. Argumentē, pierādot izteiktā apgalvojuma ticamību un veidojot pamatotus secinājumus, pamana un novērš loģiskās argumentācijas kļūdas.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Uz dažādām karjeras attīstības iespējām raugās ar zinātkāri, iztēlojas nebijušus risinājumus. Ir gatavs pieņemt nenoteiktību un jaunus izaicinājumus.	Interesējas par atklājumiem un inovācijām, proaktīvi meklē jaunaskarjerasattīstībasiespējas, lai, tās īstenojot, efektīvi uzlabotu savu un citu dzīves kvalitāti.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Piedalās diskusijās par savas karjeras iecerēm.	Piedalās diskusijās par savām karjeras iecerēm, pauž savu viedokli, noskaidro citu viedokļus un to pamatojumu, nosaka kopīgo un atšķirīgo, pauž piekrišanu vai nepiekrišanu.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Nosaka reālas karjeras attīstības vajadzības, raksturo problēmas būtību, atpazīst un formulē karjeras attīstības problēmu cēloņsakarību un dažādu nosacījumu savstarpējās mijiedarbības kontekstā.	Patstāvīgi nosaka aktuālas karjeras attīstības vajadzības, precīzi formulē karjeras attīstības problēmu un pamato nepieciešamību to risināt.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Formulē kontekstā balstītus strukturētus pieņēmumus. Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā risinājumus, izvēlas labāko un nolemj to īstenot.	Izvirza karjeras attīstības mērķi, piedāvā vairākus risinājumus, izvērtē tos attiecībā pret mērķi, izvēlas un nolemj īstenot labāko risinājumu.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības (t.sk. mācīšanās) mērķus, plāno to īstenošanas soļus, uzņemas atbildību par to izpildi.	Regulāri un atbilstoši savām karjeras attīstības vajadzībām izvirza īstermiņa un ilgtermiņa karjeras attīstības mērķus; formulē kritērijus, pēc kuriem izvērtēt, vai mērķis ir sasniegts; plāno mērķa īstenošanas soļus; uzņemas atbildību par savu lomu soļu īstenošanā un mērķu sasniegšanā.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Plāno savu izaugsmi saistībā ar mācībām un vaļaspriekiem, balstoties uz savu stipro pušu un grūtību jomu apzināšanos.	Izvirza dzīves mērķus un darbojas, lai prognozētu, patstāvīgi pieņemtu atbildīgus un izsvērtus lēmumus par savu nākotnes darbības jomu (karjeru),

		ņemot vērā informāciju par izmaiņām darba tirgū un respektējot savas vajadzības un vērtības.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Spriežot “atpakaļgaitā” un atrodot pretpiemērus, veido karjeras attīstības situācijas modeli un tajā pamatotu karjeras attīstības plānu. Īsteno to un, ja nepieciešams, īstenošanas laikā pielāgo plānu mainīgajai situācijai, meklē citu pieeju, paņēmieni. Izvērtē paveikto un plāno uzlabojumus turpmākajam darbam.	Patstāvīgi izstrādā karjeras attīstības plānu; īsteno to, izvēloties, lietojot un pielāgojot piemērotas problēmrisināšanas stratēģijas; elastīgi reaģē uz neparedzētām izmaiņām; izvērtē paveikto un gūtos secinājumus izmanto arī citā kontekstā.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Elastīgi un izsvērti izmanto pieejamos resursus un rod jaunus, lai īstenotu savu karjeras ieceri.	Efektīvi organizē resursus, lai īstenotu savu karjeras ieceri; patstāvīgi meklē, izvērtē un atbildīgi izmanto citu idejas.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Saskaroties ar grūtībām karjeras attīstības plāna īstenošanā, neatlaidīgi meklē un rod risinājumu.	Kļūdas un grūtības karjeras attīstības plāna īstenošanā izmanto kā iespēju izaugsmei.
<b>KLP.</b> Prasme veidot karjeras vīziju.	Veido rīcības plānu un īsteno sadarbību savu karjeras attīstības mērķu sasniegšanai.	Plāno un īsteno nozīmīgu, cieņpilnu verbālu, neverbālu un digitālu komunikāciju karjeras attīstības mērķu sasniegšanai. Piedāvā savas idejas, lai iedvesmotu citus īstenot viņu karjeras ieceres.

## 8. ATGRIEZENISKĀS SAITES VEIKŠANA SKOLĒNIEM PAR VIŅU KARJERAS VADĪBAS PRASMJU LĪMENI

**Atgriezeniskā saite** ļauj uzskatāmi parādīt atšķirības starp to, kā cilvēks uztver pats sevi, un to, kā viņu uztver apkārtējie. Tā “*palīdz cilvēkam labāk sevi iepazīt*” (Starptautiskā karjeras., 2012), t.i., tālāk pilnveidot pašizziņu. Objektīva atgriezeniskā saite ļauj labāk izprast savas karjeras vadības prasmes, to izmantošanas rezultātus un pieņemt un īstenot lēmumus par to pilnveides nepieciešamību.

Atgriezeniskās saites “*sniegšana ir nopietns darbs, kas prasa koncentrēšanos, drosmi, cieņu pret citiem*” (Karjeras attīstības atbalsts, 2008), tādēļ, sniedzot atgriezenisko saiti, nepieciešams ievērot vairākus **principus**:

- atgriezeniskās saites mērķis ir karjeras izglītības īstenošana un skolēna “savstarpējā sadarbība karjeras attīstības atbalsta norises analīzes un vērtēšanas procesā ar mērķi uzlabot tā norisi” (Karjeras attīstības atbalsts, 2008);

- sniedzot atgriezenisko saiti, rūpīgi jāseko, kā tā tiek uztverta (vispiemērotākais brīdis atgriezeniskajai saitei ir tad, kad skolēns to lūdz), vai skolēns saprot un pieņem atgriezenisko saiti, un nepieciešamības gadījumā atgriezeniskā saite jāpilnveido;
- atgriezeniskajai saitei jābūt alternatīvas vai citu piedāvājumu ietverošai (ne tikai jāatspoguļo karjeras vadības prasmju trūkumi un nepilnības, bet arī jāpiedāvā detalizēti un argumentēti ieteikumi to pilnveidei);
- individuālai un konkrētai (vērstai uz konkrētā skolēna karjeras vadības prasmju pilnveidi, nevis uz karjeras vadības prasmju pilnveidi vispār);
- atgriezeniskajai saitei jābūt konkrētai un atbilstoši noteiktai situācijai, kontekstam;
- atgriezeniskajai saitei jābūt skaidri saprotamai, formulētai vienkāršā, skolēnam saprotamā valodā, izvēloties tikai tādus izteicienus, kas skolēnam ir pilnīgi saprotami, un izvairoties no terminoloģijas, kuru ikdienā nelieto vai kura vēl nav apgūta mācību priekšmetos;
- sniedzot atgriezenisko saiti jākoncentrējas uz skolēna stiprajām pusēm, sasniegumiem karjeras vadības prasmju pilnveidē;
- atgriezeniskajai saitei jābūt iedrošinošai un uzmundrinošai;
- sniedzot atgriezenisko saiti, būtu jāizvairās no vērtēšanas un interpretēšanas. Atgriezeniskās saites centrā jābūt datiem un faktiem, nevis atgriezeniskās saites sniedzēja uzskatiem par datiem un faktiem (Ertelts, Šulcs, 2008; Karjeras attīstības atbalsts, 2008).

Atgriezenisko saiti par skolēna karjeras vadības prasmēm **savas kompetences ietvaros** var sniegt visi karjeras attīstības atbalstā iesaistītie izglītības iestādes darbinieki. **Vēlama arī skolēnu vecāku** (citu likumisko pārstāvju un aprūpētāju) **izglītošana konstruktīvas, karjeras vadības prasmes pilnveidojošas atgriezeniskās saites sniegšanā** izglītojamajiem mājas vidē, lai nostiprinātu un pilnveidotu izglītības iestādē īstenotās karjeras izglītības rezultātus un atbalstītu skolēnu karjeras vadības prasmju tālāku pilnveidi.

Atgriezeniskā saite ir tās sniedzēja un saņēmēja **sadarbība** (Karjeras attīstības atbalsts, 2008), tādēļ karjeras izglītībā, sniedzot atbalstu pašizziņas prasmju pilnveidē, jāpievērš uzmanība arī **atgriezeniskās saites saņemšanas prasmju** pilnveidei, t.i., jāpalīdz pilnveidot prasme:

- uzmanīgi klausīties un pārdomāt dzirdēto;
- lūgt precizēt neskaidrības un daudznozīmīgus izteikumus;
- jautāt par lietām, kas netiek minētas atgriezeniskajā saitē, bet ir nozīmīgas audzēknim;
- nevērtēt visu atgriezeniskās saites informāciju kā pareizu vai nepareizu (kategorijās “melns – balts”);
- pieņemt atgriezenisko saiti kā cita viedokli, kurš var nebūt 100% objektīvs;
- neaizstāvēties, netaisnoties, dzirdot kritiskus komentārus;
- izvairīties no pakļaušanās negatīvām emocijām (dusmas, naids, panika u. c.), izmantot iespēju tās pārrunāt un mācīties no tām;
- kritiski izvērtēt un pieņemt vai pamatoti noraidīt saņemtos komentārus un ieteikumus (Karjeras attīstības atbalsts, 2008).

Iepriekš raksturota skolotāja sniegtā atgriezeniskā saite, taču ne mazāk svarīga ir savas darbības un tās rezultātu **pašnovērtēšanā** gūtā atgriezeniskā saite, kurā skolēns pats konstatē savu karjeras vadības prasmju līmeni (Skolēnu mācību sasniegumu..., 2009). Karjeras vadības prasmju pašnovērtēšana veicina pašizziņas prasmju pilnveidi, tādēļ katrā karjeras izglītības pasākumā vēlams paredzēt gan karjeras izglītības īstenotāja sniegtu atgriezenisko saiti, gan pašnovērtēšanu. Šāda vērtēšana dod iespēju skolotājam un skolēnam **kopīgi** pārdomāt un izvērtēt karjeras izglītības pasākumā notiekošo un veidot **kopīgus, pašvērtēšanā un savstarpējā vērtēšanā** gūtus **secinājumus**, pilnveidot karjeras vadības prasmju mācīšanu un mācīšanos.

Organizējot karjeras vadības prasmju apguves vērtēšanu izglītības iestādē, ieteicams izvērtēt karjeras attīstības atbalsta norisi un novērst pamanītos trūkumus. Karjeras attīstības atbalstā bieži pastāv vairāki trūkumi un nepilnības, kuras pārvarot iespējams būtiski uzlabot vērtēšanu. Nozīmīgākie trūkumi ir:

- karjeras izglītības īstenotāji un skolēni ne vienmēr atpazīst karjeras izglītības elementus mācību saturā, ja karjeras izglītība ir integrēta mācību priekšmetos (Saltana, 2011);
- karjeras izglītības īstenotāji izmanto atšķirīgas mācīšanas pieejas, mācību metodes, un vērtēšanas metodiskos paņēmienus, daļa skolotāju nepietiekami apzinās sevi kā karjeras izglītības īstenotājus un neveic karjeras vadības prasmju vērtēšanu savā mācību priekšmetā;
- izglītības iestāžu karjeras izglītības programmās ne vienmēr ir skaidri un viennozīmīgi formulēti karjeras vadības prasmju vērtēšanas kritēriji un izstrādāti karjeras vadības prasmju līmeņu rādītāji katram mācību priekšmetam un klases stundām.

Mācību sasniegumu vērtēšanas metodiskie paņēmieni karjeras izglītībā apkopoti

### **Mācību sasniegumu vērtēšanas metodiskie paņēmieni karjeras izglītībā**

*Adaptēts no Sociālās zinības, 2014*

Methodiskais paņēmieni	Komentārs
Āra nodarbības (mācību ekskursijas) ziņojums	Skolēns mācību ekskursijas vai citas āra nodarbības laikā veic iepriekš saņemtu mācību uzdevumu, par kuru sagatavo iepriekš zināmiem kritērijiem atbilstošu ziņojumu. Skolotājs un klases biedri sniedz atgriezenisko saisti par ziņojumu.
Darbu mape	Noteiktos laika posmos skolēns pārrunā darbu mapes saturu ar klases audzinātāju, saņemot formatīvu atgriezenisko saiti.
Informācijas vizualizēšana	Skolēni apgūto informāciju pārveido diagrammā, shēmā, attēla u.c., demonstrējot prasmi strukturēt, analizēt, kombinēt, sintezēt u.c. informāciju par karjeras iespējām.
Jautājumi un atbildes nodarbības sākumā (beigās)	Jautājumi, kurus uzdod pirms mācību satura apguves, nodarbības laikā un pēc tam, rosina skolēnus domāt un reflektēt, paaugstinot mācību motivāciju un padziļinot izpratni.
Multimediju prezentācija	Skolēns individuāli vai grupā, atbilstoši mācību uzdevumam, sagatavo uzstāšanos par paveikto (piem., par izzināto nozari, profesiju vai tālākizglītības iespēju), izmantojot vienu vai vairākus medijus (video, PowerPoint, stenda referāts, infografika u. c.). Skolotājs un klases biedri atbilstoši iepriekš zināmajiem kritērijiem novērtē prezentāciju.

Mutiska uzstāšanās	Skolēns individuāli vai iesaistot prezentācijā arī citus skolēnus, atbilstoši mācību uzdevumam, klases biedriem un skolotājam sniedz verbālu ziņojumu par izstrādāto projektu, pamatojoties uz iepriekš noteiktiem kritērijiem.
Pašvērtējums	Skolēns pats novērtē savu sniegumu, prasmes un zināšanas, pamatojoties uz noteiktiem rezultatīvajiem rādītājiem. Rezultatīvie rādītāji var būt apkopoti aptaujas lapā, atstājot vietu plašākam vārdiskam skaidrojumam.
Piedalīšanās diskusijās (diskusija)	Skolotājs un klases biedri atbilstoši iepriekš zināmiem kritērijiem novērtē skolēna līdzdalību diskusijā klasē – kā skolēns pauž savus uzskatus, piedāvā savas idejas, jautā, sniedz novērtējumu un apspriež temata pamatjēdzienus, attieksmes. Nozīmīgākie kritēriji ir skolēna līdzdalības līmenis (aktivitāte) un sniegto komentāru kvalitāte.
Rakstiska atskaite	Skolēns sagatavo atskaiti (piem., par projekta darbu) rakstiskā formā, pamatojoties uz iepriekš zināmiem kritērijiem.
Rezumēšana (secināšana)	Skolēni stundas vai temata apguves noslēgumā formulē īsus secinājumus par svarīgāko, kas apgūts.
Sadarbības prasmju novērtēšana	Skolēni strādā nelielās grupās, lai veiktu mācību uzdevumu. Pēc darba pabeigšanas grupas dalībnieki kopā (viens grupas dalībnieks par vienu grupas biedru u. c.) izvērtē sadarbību un sniedz ieteikumus sadarbības pilnveidošanai nākotnē.

## 9. KARJERAS ATTĪSTĪBAS ATBALSTA METODES

Karjeras attīstības atbalstā izmantojamas daudzveidīgas mācību metodes un metodiskie paņēmieni.

### Aptauja

Jautājumu vai jautājumu un atbilžu formā mutvārdos vai rakstveidā veidota informācijas iegūšanas metode (Pedagoģijas terminu ..., 2000). Aptauju izmanto kā heuristisku mācību metodi, lai iegūtu citu mācību metožu (piem., diskusijas, projekta darba u.c.) īstenošanai nepieciešamo informāciju (Rubana, 2004).

### Asociāciju kartes

Neliela izmēra daudznozīmīgi attēli, kuri izraisot asociācijas un “atdzīvinot” atmiņas un izjūtas, palīdz veidot stāstījumu par noteiktām, stāstītājam nozīmīgām tēmām (Popova, Miloradova, 2015).

### Apskats (pārskats)

Skolēni veicot mācību uzdevumu vāc informāciju (datus), piem., veic aptauju, anketēšanu u.c. un rezultātus apkopo rakstiskā apskatā (pārskatā) (Sociālās zinības, 2014).

### Āra nodarbības

Skolotāja organizēta mācību organizācijas forma, kuras laikā skolēni ārpus skolas veic skolotāja sagatavotos uzdevumus un meklē atbildes uz skolotāja sagatavotiem jautājumiem. Pārskatu par paveikto āra nodarbībās skolēni var sagatavot klasē vai mājās (Literatūra, 2008).

## **Darbu mape (portfolio)**

Skolēna veidota attīstības (t.sk., karjeras attīstības) programma noteiktam laika posmam un kritisks programmas īstenošanas pašnovērtējums. Noteiktā, iepriekš iepļānotā laikā skolotājs kopā ar skolēnu kopīgi izvērtē skolēna sasniegtos rezultātus un programmas īstenošanas laikā radušās problēmas, veicinot skolēna pašizpēti, pašanalīzi un pašregulāciju (Klases stundu..., 2016). Darbu mape ir pašizziņas, pašatklāsmes, paraksturošanas un pašanalīzes instruments, kas cilvēkam palīdz apzināties dabas dotos talantus, savas stiprās puses un priekšrocības, novērtēt sevi un palīdz saskatīt karjeras iespējas. (Work on it, 2018). Darbu mapi skolēni var veidot papīra formātā vai digitāli.

## **Darbs ar tekstu**

Skolotājs piedāvā tekstus (rakstveidā, audio un videoierakstos) mācību uzdevuma veikšanai, skolēni iepazīstas ar tekstiem un atbilstoši mācību uzdevumam veido jautājumus par tekstu, analizē tekstu, atbild uz tekstā ietvertajiem jautājumiem u.c. (Psiholoģija, 2014).

## **Demonstrēšana**

Skolotājs vai skolēni demonstrē vizuālu informāciju (videofilmas, attēlus, tabulas utt.), parasti – papildinot stāstījumu (lekciju, izklāstu) (Psiholoģija, 2014).

## **Didaktiskā spēle**

Pieredzes izglītības metode, *spēle*, kurai ir skolotāja definēts izglītojošs mērķis un noteikta struktūra. Didaktiskās spēles var iedalīt trīs kategorijās: konstruēšanas spēles (spēles ar materiāliem, detaļām, dažādu telpisku objektu un mehānismu konstruēšana), lomu (simulācijas) spēles (reālās dzīves notikumu, darbību un situāciju atveidošana) un spēles ar noteikumiem (spēles, kurās jāievēro noteikti nosacījumi – galda spēles, kāršu spēles, bingo, sporta spēles, muzikālās spēles u.c.) (Jančič, Hus, 2017).

## **Diskusija**

Skolotājs vai skolēni piedāvā apspriešanai kādu tematu, skolēni individuāli vai iepriekš mērķtiecīgi izveidotās grupās iesaistās sarunā, argumentēti aizstāvēt savu viedokli (Psiholoģija, 2014). Galvenie skolēna uzdevumi diskusijā ir: skaidri izteikt savas domas, ieklausīties citos, censties izprast citu viedokli un uzņemties atbildību (Klases stundu..., 2016).

## **Domu karte**

Grafiskais organizators – tīklveida zīmējums (“zirneklis”), kuru veido lapas vidū apļa centrā ierakstot tēmu (nozīmīgāko jēdzienu) un to ar atzariem savienojot ar apakštēmām. Atzariem piezīmē zariņus, pie kuriem pieraksta atslēgas vārdus (vai pievieno attēlus), kuri saistās ar apakštēmu. Ja nepieciešams šīs saites, veidojot loģisku sistēmu, var sazarot tālāk. Domu karte palīdz strukturēt domas gaitu: sākt ar vispārīgo (tēmu), pāriet uz konkrēto (apakštēmu) un tikai tad iedziļināties detaļās (Miķelsone, 2002; Sociālās zinības..., 2014).

## **Ēnošana (*job or work shadowing*)**

Karjeras izglītības metode (Rojewski, 2006) mācību ekskursijas variants, kurā skolēni, īstenojot mācību uzdevumu, mērķtiecīgi individuāli iepazīstas ar noteiktas profesijas pārstāvja darba ikdienu. Mācību metode palīdz skolēniem pārbaudīt sevi darba vidē, izzināt savas intereses un dod iespēju labāk iepazīt izvēlēto profesiju. Pēc Ēnu dienas skolēni dalās pieredzē ar klases biedriem, dodot iespēju ikvienam skolēnam vairāk uzzināt par dažādām profesijām (Karjeras izglītība skolā, 2009).

## **Grafiskais organizators (grafiskais informācijas organizators)**

Noteiktā sistēmā sakārtotas informācijas vizuāls attēlojums, izmantojot specifiskus simboliskus apzīmējumus. Grafiskie informācijas organizatori (tabulas, shēmas, diagrammas, domu kartes u.c.) palīdz abstraktas idejas attēlot konkrētākā veidā, parādīt informācijas vienību (faktu, jēdzienu, koncepciju u.c.) savstarpējās attiecības, sakārtot un organizēt idejas, vieglāk iegaumēt un atcerēties informāciju (Rubana, 2004).

## **Heiristiskas (daļēju meklējumu) pārrunas**

Skolotāja vadītas pārrunas, kuru laikā skolēni nonāk pie subjektīvi jauniem atklājumiem (Miķelsone, 2002).

## **Intervija**

Skolēni, atbilstoši skolotāja dotajam uzdevumam, iztaujā par noteiktu tematu vienu vai vairākus cilvēkus, pēc sarunas apkopo rezultātus un veido secinājumus (Psiholoģija, 2014).

## **Jautājumi – atbildes**

Skolotājs vai skolēni mutvārdos vai rakstiski uzdod jautājumus par noteiktu tematu un atbild uz tiem (Sociālās zinības, 2014).

## **Katehētiskas pārrunas**

Pārrunas, kuru laikā skolēni precizē un nostiprina esošās zināšanas (Miķelsone, 2002).

## **Klausīšanās metode**

Skolēni uzmanīgi klausās stāstījumu, individuāli pieraksta mācību uzdevumam atbilstošo informāciju (jautājumus, problēmas, viedokļus), stāstījuma beigās uzdod jautājumus (ja nepieciešams), un noslēgumā, atbilstoši mācību uzdevumam, sniedz atgriezenisko saiti vai ziņojumu (Miķelsone, 2002).

## **Kolāža**

Skolēnu individuāli, pāros vai grupās veidots kompozicionāli vienots attēls, kurā skolēni atklāj savu priekšstatu par kādu skolotāja dotu tematu, piem., veido kolāžu par sociālo vidi klasē, vērtējot savstarpējās attiecības (Klases stundu..., 2016). Kolāžas veidošanā var izmantot visdažādākos materiālus (Literatūra, 2008), metode ļauj skolēniem izmantot savas prasmes jaunākajās tehnoloģijās, savā darbā lietojot, piemēram, interneta resursus, digitālās kameras (Kulturoloģija, 2008), kolāžas, izmantojot datoru vai viedtālruni, var veidot arī internetā.

## **Kooperatīvā mācīšanās (grupu darbs)**

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs izveido skolēnu grupas tādu uzdevumu vai projekta darbu veikšanai, kuros nepieciešama produktīva grupas dalībnieku sadarbība, t.i., uzdevuma rezultāti atkarīgi no katra grupas dalībnieka ieguldījuma kopējā darbā. Risinot uzdevumu, grupas dalībnieki pilnveido saskarsmes prasmes, mācās sadarboties un viens no otra. Skolotājs organizē mācības un konsultē skolēnus. Metodi var izmantot gan plaša informācijas klāsta apkopošanai, gan arī radošu uzdevumu izpildei, piem., komiksa veidošanai par noteiktu tēmu (Psiholoģija, 2014).

## **Krustvārdu mīklas**

Viens no intelektuāli radošo didaktisko spēļu (projektēšanas spēles, burtu, skaitļu mīklas, anagrammas u.c.) veidiem, kas īpaši lietderīgs jēdzienu izpratnes nostiprināšanā (Rubana, 2004).

## **Lomu spēles**

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem mācību situācijas, ko iespējams atveidot lomās, aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni iejūtas lomās atbilstoši mācību situācijā ietvertajam uzdevumam. Citi skolēni veic skolotāja dotu uzdevumu – vēro, pieraksta, vērtē atbilstoši noteiktiem kritērijiem u.c., lai pēc situācijas izspēlēšanas izteiktu viedokli diskusijā (Psiholoģija, 2014).

## **Mācību ekskursija**

Āra nodarbību forma, kas dod iespēju skolēniem dabiskos apstākļos iepazīt dažādas parādības un procesus; reālu notikumu vai darbības vietu apmeklējums, kas ļauj iegūt jaunu informāciju dabiskā vidē, padziļināt mācību satura izpratni, integrēt dažādos mācību priekšmetos gūtās zināšanas un prasmes un pilnveidot skolēnu sociālās prasmes. Pirms mācību ekskursijas skolēni saņem mācību uzdevumus, kuri individuāli vai grupās jāveic ekskursijas laikā. Pēc ekskursijas skolēni sagatavo pārskatu par paveikto un demonstrē to pārējiem, vai iesniedz skolotājam (Sociālās zinības..., 2014).

## **Pārrunas**

Dialogiska mācību metode, kuru īstenojot runātājs (skolotājs vai skolēns) ar mērķtiecīgu un loģiski secīgu jautājumu palīdzību palīdz klausītājiem, kuriem ir, vai pārrunu laikā ir iespēja iegūt priekšzināšanās, konstruēt jaunas atziņas. (Miķelsone, 2002).

## **Piramidālā diskusija**

Mācību metode, kurā notiek pakāpeniska pāreja no individuālā darba uz diskusiju klasē (grupā). Pēc mācību uzdevuma saņemšanas, skolēni strādā individuāli, izdarot uzdevumā paredzētās izvēles un pieņemot lēmumus. Pēc tam skolēni apvienojas pāros un apspriež individuāli pieņemtus lēmumus, izveidojot kopīgu pāra viedokli par veicamo uzdevumu. Nākamajā posmā, diviem pāriem apvienojoties, diskusija un lēmuma pieņemšana, no visām izvēlēm izveidojot vienu kopēju izvēli, notiek četratā. Diskusija turpinās aizvien lielākās grupās, kamēr viens kopējs lēmums tiek pieņemts klases kopējā diskusijā. Nobeigumā skolēni skolotāja izvēlētajā veidā izvērtē kopējo lēmumu un tā pieņemšanas gaitu (Sociālās zinības..., 2014).

## **Praktiskais darbs**

Skolēni atbilstoši mācību uzdevumam veic mācību darbu, lietojot apgūtās zināšanas, prasmes un īstenojot savas radošās ieceres, strādājot individuāli vai grupā (Mājsaimniecība, 2014).

## **Prāta vētra**

Mācību metode, kurā skolotājs uzdod jautājumu vai izvirza problēmu, un skolēni īsi izsaka iespējamās atbildes, idejas, risinājumus u.c., uzmanīgi klausoties, papildinot, bet nekomentējot un nevērtējot citu teikto. Metodi ieteicams izmantot kā ieaicināšanas fāzes sastāvdaļu, lai aktualizētu esošās skolēnu zināšanas un izpratni, sākot jaunu tēmu (Psiholoģija, 2014).

## **Projektu metode**

Mācību metode, kuru īstenojot, skolēni individuāli vai darba grupās formulē idejas un jautājumus, iegūst informāciju, pēta un risina problēmas, apkopo darba rezultātus un iepazīstina ar tiem citus

skolēnus. Skolotājs palīdz skolēniem formulēt projekta mērķi, izveidot darba grupas un sniedz atbalstu projekta izveidē (Literatūra, 2008).

### **Radošais darbs**

Skolēnu pašizpaušmes metode, mācību uzdevuma īstenošana individuālās vai kooperatīvās mācīšanās rezultātā radīta stāsta, esejas, dzejas, aforisma, zīmējuma, attēla u.c. formā (Miķelsone, 2002).

### **Sarunas mazās grupās**

Mācību metode, kurā skolēni, saskaņā ar pašu pieņemtiem noteikumiem, veic skolotāja dotu uzdevumu, sarunājoties mērķtiecīgi izveidotās grupās, kur katrs izsaka savu viedokli vai vērtējumu un dalās pieredzē, kā arī saņem informāciju no citiem (Klases stundu..., 2016)

### **Simulācija**

Situāciju izspēles metode, kurai, salīdzinot ar lomu spēli, raksturīga lielāka nenoteiktība skolotāja piedāvātajā situācijas aprakstā, elastīgums un sarežģītība (Psiholoģija, 2014).

### **Situāciju analīze**

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas situācijas aprakstu (rakstiski vai mutiski), audio vai videoierakstu, un uzdod jautājumus par šo situāciju. Skolēni pārrunā, analizē, pieraksta, secina, un atbilstoši situācijas analīzes mērķim veido kopsavilkumus vai ieteikumus (Psiholoģija, 2014).

### **Situāciju izspēle**

Mācību metode, kurā skolotājs piedāvā skolēniem reālas vai izdomātas problēmsituācijas aprakstu (rakstveidā vai mutvārdos). Skolēni meklē situācijas risinājumus, izspēlējot situāciju lomu spēlē (ja situācijas aprakstā skaidri definētas dalībnieku lomas) vai simulācijā (ja lomas situācijā ir nenoteiktas vai neviennozīmīgas). Metodi īstenojot, skolēni var veidot un izspēlēt iespējamās situācijas attīstības scenārijus, un saņemt atgriezenisko saiti no citiem skolēniem un skolotāja. Skolotājs var modelēt izspēlei skolēnu dzīves pieredzei līdzīgas situācijas (Psiholoģija, 2014).

### **Spēle**

Noteiktu darbību kopums vēlamā rezultāta sasniegšanai, kam piemīt sacensības pazīmes, un kas ietver ne tikai prasmju un iemaņu mērķtiecīgu, noteikumiem atbilstošu izmantošanu, bet arī nejaušības elementus un brīvas interpretācijas, darbības un rīcības iespējas. Spēle veicina izziņas spēju, sadarbības prasmju un radošuma attīstību, un veicina spriedzes samazināšanos (Latvijas Universitātes..., 2013)

### **Stāstījums (izklāsts, lekcija)**

Mācību metode, kuru īstenojot skolotājs vai skolēns izklāsta kāda temata saturu (piem., idejas, viedokļus, faktus, teorijas vai notikumus), bet klausītāji (piem., citi skolēni) klausās, veido pierakstus atbilstoši uzdevumam, uzdod jautājumus (Psiholoģija, 2014).

### **SVID analīze**

Ārējo (iespējas un draudi) un iekšējo (priekšrocības un trūkumi) ietekmes faktoru noteikšanas metode. Metode ļauj izvērtēt un prognozēt indivīda, grupas vai organizācijas un apkārtējās vides faktoru mijiedarbību (Allison, Kaye, 2005; Tāšica, 2009).

## **Venna diagramma**

Grafiskais organizators, kuru izmanto kopīgā un atšķirīgā noteikšanai un jēdzienu definēšanai. Venna diagrammu zīmē kā vairākus, parasti divus vai trīs pārklājošos apļus. Diagramma ļauj uzskatāmi parādīt dažāda rakstura attiecības starp jēdzieniem, grupām, kategoriju kopām u.c. Atspoguļojot informāciju diagrammā, apļu daļās, kuras nepārklājas, raksta atšķirīgo, daļās, kurās apļi pārklājas – kopīgo (Sociālās zinības..., 2014). Apkopojot individuāli vai mazajās grupās izveidoto Venna diagrammu saturu, skolotājs, uzklusot argumentētus skolēnu viedokļus, var veidot lielu diagrammu uz tāfeles un organizēt diskusiju par jēdzienu attiecībām (Ētika, 2008).

## **Viktorīna**

Spēles veids, kas liek skolēniem koncentrēt zināšanas, saskatīt būtisko, lietu un parādību loģisko kārtību un noformulēt to vārdos. Skolēnus var iesaistīt viktorīnā kā dalībniekus, kā arī var piedāvāt skolēniem pašiem mācību procesā veidot uzdevumus (Rubana, 2004).

## **Vizualizēšana**

Mācību metode, kurā skolotājs vai skolēni informācijas uztveres atvieglošanai un papildināšanai izmanto vai patstāvīgi izveido simboliskus uzskates līdzekļus (īstenības objektu attēlus ar vārdu, simbolu un krāsu palīdzību), piem., domu kartes, shēmas, diagrammas, tabulas, plānus, kartes, zīmējumus u. c. (Psiholoģija, 2014). Lietojot vizualizācijas metodes, skolēni pilnīgo vizuālo uztveri, apgūst skaidrāku redzējumu uz lietām un pilnveido spēju paskatīties uz problēmām no cita skatupunkta un ieraudzīt problēmu risinājumu skaidrākā perspektīvā (Riņķis, 2007).

## **Zinātniskās pētniecības darbs**

Mācību metode, kuru īstenojot skolēni patstāvīgi vai ar skolotāja palīdzību izvēlas pētāmo problēmu, izvirza pētījuma jautājumus vai hipotēzi, definē pētījuma mērķi un uzdevumus, izvēlas pētniecības metodes, kā arī plāno un veic pētījumu. Pētījuma noslēgumā, pamatojoties uz tā rezultātiem skolēni izdara secinājumus, sagatavo pētījuma atskaiti un iepazīstina ar pētījuma rezultātiem citus skolēnus (audzēkņus) (Veselības mācība, 2014).

# **10. KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA VISPĀRIZGLĪTOŠAJOS MĀCĪBU PRIEKŠMETOS**

Valsts izglītības attīstības aģentūra publicējusi izdevumu “Karjeras vadības prasmes mācību priekšmetu standartos”. Izdevuma ievadā secināts, ka “pašlaik Latvijā spēkā esošajos Valsts izglītības standartos karjeras vadības prasmes ir iekļautas, taču tās nav izceltas atsevišķi no mācību priekšmetu prasībām. Skolotājiem ir grūti tās atpazīt, lai varētu mērķtiecīgi un saskaņoti veicināt prasmju attīstību. Euroguidance programma Latvijā sadarbībā ar Valsts izglītības attīstības aģentūras Karjeras atbalsta nodaļu ir apzinājusi Valsts pamatizglītības un vispārējās izglītības standartos, kā arī Klases stundu programmas paraugā iekļautās karjeras vadības prasmes” un uzskatāmi apkopojusi tās 1.-3., 4.-6., 7.-9., 10.-12.klašu grupās pa mācību priekšmetiem, minot tajos apgūstamās kompetences un pamatprasības, beidzot 3. 6., 9., 12. klasi, kā arī klasesstundu tēmas, tematiku un sasniedzamo rezultātu (Karjeras vadības..., 2016). Karjeras izglītības programmas integrēšana visā mācību procesā vai atsevišķos mācību priekšmetos tiek jau veiksmīgi īstenota vairākās vispārējās vidējās mācību iestādēs Latvijā.

## 11. KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA ĀRPUSSTUNDU PASĀKUMOS

Karjeras izglītības īstenošanā skolā ļoti nozīmīgu vietu ieņem dažādi ārpusstundu pasākumi. Skolēni tajos tiek iesaistīti gan kā dalībnieki (klausītāji, skatītāji u.tml.), gan arī līdzdarbojas šo pasākumu plānošanā, organizēšanā un vadīšanā.

Biežāk organizētie karjeras izglītības ārpusstundu pasākumi ir:

- projektu nedēļas;
- mācību priekšmetu nedēļas;
- tikšanās (tajā skaitā arī ar skolas absolventiem);
- lekcijas;
- diskusijas;
- pēcpusdienas;
- individuālās konsultācijas;
- individuālo projektu izstrāde un prezentācija;
- mācību ekskursijas;
- pasākumi vecākiem;
- dažādi pasākumi skolā un ārpus tās sadarbībā ar ārpuskolas institūcijām (“Ēnu dienas”, uzņēmumu atvērto durvju dienas, izglītības iestāžu informācijas dienas, izstādes u.c.).

Šajos pasākumos skolēni piedalās gan kā dalībnieki, gan kā organizatori un vadītāji, gūstot jaunas zināšanas, prasmes un iemaņas.

**Tikšanās, lekcijas, semināri**, diskusijas ir ļoti populārs ārpusstundu pasākumu veids, ko praktizē ikvienā skolā. Parasti šie pasākumi tiek organizēti:

- kā tikšanās un diskusijas ar bijušiem absolventiem (kādas mācību iestādes studentiem, vai kādas profesijas pārstāvjiem), pārrunājot jautājumus par aktualitātēm šajā izglītības pakāpē vai konkrētajā profesijā, amatā, darba vietā u.tml.;
- kā dažādu izglītības iestāžu pārstāvju (mācībspēku, studentu) informēšana par izglītības ieguves iespējām konkrētajā skolā;
- kā tematiska lekcija vai seminārs par dažādiem karjeras izglītības jautājumiem. Skolēni labprāt tos apmeklē, aktīvi iesaistās pārrunās, uzdod sev interesējošos jautājumus, reizēm arī sarunā tikšanos darba vai mācību vietā, lai iepazītu klātienē ikdienas darba vai mācību norisi. Visbiežāk šie pasākumi tiek organizēti sadarbībā ar ārpuskolas institūcijām, pēc viņu piedāvājumiem, bet daudzi arī notiek pēc klašu audzinātāju vai skolas administrācijas iniciatīvas.

Mācību ekskursijas ir tematiski saistītas ar karjeras izglītību. Ekskursijas var būt tieši saistītas ar kādas konkrētas profesijas, uzņēmuma vai izglītības iestādes iepazīšanu, bet var arī būt netieši saistītas, piemēram, apmeklējot muzeju, skolēni iepazīst gida profesiju, apmeklējot lidostu-pilota, stjuartes profesijas, apmeklējot maizes ceptuvi-konditora profesiju u.c. Svarīgi pēc katras ekskursijas veidot atgriezenisko saiti ar skolēniem, t.i., pārrunāt redzēto, iepazīto, uzzināto saistībā ar karjeras izglītību. To var pēc tam veikt klases stundā, iepriekš sagatavojot jautājumus, lai veidotos saruna un izpratne par konkrēto profesiju, organizāciju vai izglītības iestādi. Pirms

ekskursijas ieteicams skaidri formulēt skolēniem mācību uzdevumu, dot izzināmos jautājumus, kurus pēc pasākuma pārrunā, apkopo.

## 12. KARJERAS IZGLĪTĪBAS INTEGRĒŠANA DARBĀ AR VECĀKIEM

Sadarbība “skolotājs –skolēni –vecāki” ir nozīmīga gan pieaugušajiem –pedagogiem un vecākiem-gan arī skolēniem. Ir svarīgi, lai šī sadarbība būtu trīspusēja, lai skolēni justu, ka viņa vecākus ļoti nozīmīgi vērtē skolotāji, lai viņi varētu lepoties ar savu ģimeni arī vienaudžu vidū.

Iespējamās aktivitātes sadarbībā ar vecākiem karjeras izglītības īstenošanā:

- vecāku stāstījums klases stundās vai Karjeras nedēļas ietvaros par savu profesiju (par darba pienākumiem, profesijas apguves iespējām u.c.);
- vecāku vadītas mācību stundas vai vecāku profesijai un mācību stundas tēmai atbilstošs stāstījums, piemēram, vides inspektora stāstījums bioloģijas vai dabaszinību stundā par dabas aizsardzības jautājumiem, stilista demonstrējumi dizaina un tehnoloģiju stundā par krāsām un rakstiem apģērbā u.tml.;
- mācību ekskursijas vecāku darba vietās, lai izzinātu dažādu profesiju darba pienākumus un darba vidi; 58 Eiropas Savienības fondu darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 8.3.5. specifiskā atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts Nr.8.3.5.0/16/I/001 “Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs”;
- vecāku aptauja (anketēšana vai intervija) par viņu profesiju, darba specifiku, apguves iespējām u.tml.;
- vecāku aptaujāšana, lai noskaidrotu viņu viedokli par karjeras izglītību skolā, tās piedāvātajām iespējām un trūkumiem, kā arī par skolēnu nākotnes nodomiem un par to, kāda palīdzība nepieciešama viņu bērniem vai viņiem pašiem karjeras izglītības jomā;
- vecāku informēšana un izglītošana par dažādiem karjeras izglītības jautājumiem;
- aktīva sazināšanās ar vecākiem e-vidē, sociālajos tīklos, kā arī ar informatīvo materiālu, ziņojumu apmaiņas, sanāksmju starpniecību;
- tieša un pastarpināta (caur deleģētiem pārstāvjiem) vecāku iesaistīšana izglītības iestādei nozīmīgu lēmumu pieņemšanā;
- vecāku aicināšana iesaistīties neformālos ārpusstundu pasākumos neitrālā vidē ārpus skolas;
- mūžizglītības, tālākizglītības nodarbību organizēšana vecākiem.

Organizējot karjeras izglītības aktivitātes, uzlabojas ne tikai skolotāju, skolēnu un vecāku sadarbība, bet tiek gūta arī nozīmīga skolēnu pieredze profesiju daudzveidības un reālās darba vides iepazīšanā. Lai atbalstītu vecākus skolēnu karjeras izvēles procesā, skolās nepieciešams organizēt informatīvus un izglītojošus pasākumus, iespēju robežās aicināt vecākus iesaistīties tematiskās diskusijās (piemēram, 9. un 12. klašu vecākiem) vai piedāvāt iespēju vecākiem vieni vai kopā ar skolēniem (saviem bērniem) grupās vai individuāli apmeklēt dažādu speciālistu konsultācijas. Palielinoties vecāku informētībai par karjeras atbalsta iespējām skolā un ārpus tās, pieaug arī vecāku vēlme iesaistīties šajā procesā arī pašiem, piedāvājot savus resursus un iespējas.

### 13. IETEIKUMI SKOLAS PERSONĀLA IESAISTEI KARJERAS IZGLĪTĪBAS ĪSTENOŠANĀ

Karjeras attīstības atbalsta komandas uzdevums ir veicināt skolēnu karjeras attīstību, t.i., palīdzēt skolēniem attīstīt karjeras vadības prasmes, izvēlēties karjeru atbilstoši personīgajām īpašībām, dotumiem, interesēm un spējām, kā arī izprast vides faktoru ietekmi izglītības un profesionālo iespēju izmantošanā. Ieteicamais skolas personāla atbildības sadalījums.

- **Direktors** -“virsatbildība”: izglītības standartu izpilde, skolas attīstības, mācību un audzināšanas darba un resursu plānošana; izpildes pārraudzība/kontrole.
- **Direktora vietnieks mācību darbā** -koordinē un pārrauga izglītības darbu skolā.
- **Direktora vietnieks audzināšanas darbā-koordinē** un pārrauga audzināšanas darbu skolā, t.sk. karjeras izglītības un interešu izglītības darbu skolā.
- **Pedagogs karjeras konsultants** -koordinē pedagogu un atbalsta personāla sadarbību karjeras attīstības atbalsta sniegšanai, konsultē un informē skolēnus, viņu ģimenes un pedagogus par aktualitātēm karjeras izglītībā.
- **Klašu audzinātāji** -izstrādā un īsteno klases audzinātāja programmu saskaņā ar skolas galvenajiem uzdevumiem, audzināšanas darba un karjeras izglītības plānu.
- **Mācību priekšmetu skolotāji** -informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izglītības jautājumiem sava mācību priekšmeta ietvaros.
- **Metodiskās komisijas/apvienības** -karjeras izglītības plānotāji, metodiskais atbalsts, integrācija.
- **Bibliotekārs** -informē skolēnus, pedagogus un vecākus par jaunāko literatūru karjeras izglītībā, veido tematiskās izstādes, palīdz meklēt informāciju internetā par karjeras izglītības jautājumiem.
- **Psihologs** -novēro skolēnus mācību stundās un veic psiholoģisku izpēti un individuālo psihodiagnostiku, skolēnu grupu psiholoģisko izpēti, un konsultē par karjeras izglītības jautājumiem, palīdzot skolēniem apzināties viņu spējas, intereses un dotumus.
- **Sociālais pedagogs** -konsultē skolēnus, viņuģimenes, pedagogus par sociālo jautājumu risināšanas kārtību un iespējām pašvaldībā attiecībā uz karjeras attīstības atbalsta pieejamību.
- **Skolas mediķis** -konsultē skolēnus un viņu vecākus par karjeras izvēlu atbilstību veselības stāvoklim.

- **Interēšu izglītības pedagogi** -informē un konsultē skolēnus un vecākus par karjeras izvēles iespējām interēšu izglītības programmas ietvaros. Karjeras attīstības atbalsta īstenotāju funkcijas un atbildības sadalījums ietverts katra speciālista amata aprakstā.

## **14. INDIVIDUĀLĀS KARJERAS KONSULTĀCIJAS, TO NODROŠINĀŠANAS IESPĒJAS IZGLĪTOJAMIEM**

Karjeras konsultēšana skolā ir viens no karjeras attīstības atbalsta pakalpojumiem un sasaucas ar skolas audzināšanas un/vai karjeras izglītības programmu. Tās organizācijas pamatformas ir grupu un individuālās konsultācijas.

**Individuālā konsultēšana** ir aktīva konsultanta un klienta mijiedarbība nolūkā palīdzēt klientam risināt karjeras attīstības problēmas. Konsultanta uzdevums –palīdzēt cilvēkam orientēties karjeras iespējās un rast izeju no problemātiskas situācijas un palīdzēt rast veiksmīgu risinājumu karjeras izvēles situācijā. Problēmas: daudz “nezināmo”, daudz objektīva rakstura ierobežojumu, daudz risinājuma variantu.

**Grupu konsultēšana** ir klasiska karjeras konsultēšanas metode sadarbībā ar vairākiem dalībniekiem, kur aktīvā līdzdalībā tiek iesaistīti grupas locekļi ar līdzīgu pieredzi un statusu, kā, piemēram, viena vecuma skolēni, skolu beidzēji, vecāki vai skolotāji, ar nolūku risināt teorētiskus un praktiskus jautājumus, kas saistīti ar skolēna karjeras vadības prasmju veidošanos (Lemešonoka, 2017). Grupu konsultēšanā notiek konsultanta un skolēnu grupas aktīva mijiedarbība. Grupas var komplektēt pēc dažādiem principiem: pēc interesēm, pēc vecuma, pēc izglītības līmeņa u. tml. Grupu konsultēšana ļauj taupīt laiku. Problēmas: jāprot noturēt grupas uzmanība un interese, jābūt auditorija, jābūt oratora spējām. Grupu konsultēšanu var veikt konsultants pats vai uzaicināt pārstāvjus no darba tirgus. Konsultācijas vēlamais ilgums ir līdz 45 minūtēm. Grupu konsultēšana var būt informējoša, diagnosticējoša, problēmsituāciju risināšana. Vismaz 5 minūtes konsultācijas beigās jāparedz atbildēm uz jautājumiem.

## **15. IETEIKUMI KARJERAS INFORMĀCIJAS APKOPOŠANAI UN VEIDOŠANAI**

Karjeras informācijas saturs, kam jābūt pieejamam, parasti saistīts gan ar skolā īstenotajām izglītības programmām, gan ar skolas veidu un mērķauditorijas vajadzībām. Visbiežāk tā ir informācija par profesionāli tehnisko skolu un augstākās izglītības iestāžu piedāvājumiem, par izglītības iespējām Latvijā un ārvalstīs. Jānodrošina arī visaptveroša un dažādiem vecumposmiem atbilstoša darba tirgus informācija. Skolēnus jāinformē par to, kur, kad un kā skolā pieejami karjeras atbalsta pasākumi un karjeras atbalsta iespējas ārpus skolas –pašvaldībā un valstī. Skolas mājas lapās jāpublicē arī informācija par izglītības iestādes piedāvājumu (izglītības programmas, interēšu izglītība u.c.) reflektantiem.

Katrā skolā ir jāizstrādā sistēma, kā skolēniem atgādināt par to, kur šī karjeras informācija ir pieejama, jāveic pasākumi, lai skolēni zinātu, kur šī informācija ir pieejama, pie tam tas jāatgādina regulāri, lai skolēni par to neaizmirstu.

Karjeras informācija var būt pieejama skolēniem skolas bibliotēkā un lasītavā, informatīvajos stendos skolas telpās, karjeras speciālista darba kabinetā u.c. Skolas praktizē karjeras 72 Eiropas Savienības fondu darbības programmas “Izaugsme un nodarbinātība” 8.3.5. specifiskā

atbalsta mērķa "Uzlabot pieeju karjeras atbalstam izglītojamajiem vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs" projekts Nr.8.3.5.0/16/I/001 "Karjeras atbalsts vispārējās un profesionālās izglītības iestādēs informācijas izplatīšanu e-vidē: skolēnu personīgajos e-pastos, mācību sociālajā vidē mykoob.lv vai e-klase.lv u.tml. Informāciju skolēniem var nodot mutiski vai izdales materiālu veidā. Skolēnus var aicināt izmantot darbu mapes vai veidot digitālas vai papīra formāta mapes informācijas uzkrāšanai, to izmantojot pēc savām vajadzībām.

Skolas informāciju par karjeras atbalsta pieejamību bieži publicē sociālajos tīklos, izmantojot skolu vai pašvaldību mājas lapas.

Karjeras informācija ir pieejama skolās mājas lapas sadaļā: Karjeras centrs. Tajā tiek atspoguļotas dažādas aktualitātes par karjeras izglītības pasākumiem, aktivitātēm un aktualitātēm skolā.